

АССОЦИАЦИЯ
в области социальной помощи, науки, культуры,
охраны здоровья граждан, здорового образа жизни,
интеллектуального развития личности,
охраны окружающей среды
«СОЦИАЛЬНОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО»



ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА
ДОЛГОЛЕТИЯ «Экология50+»

Практическое пособие
для граждан пожилого возраста

Санкт-Петербург
2021



Составители:

Быков Виктор Иванович – Председатель Совета Ассоциации «Социальное сотрудничество»

Алексеев Игорь Вениаминович - Директор Департамента природопользования и экологии Ассоциации «Социальное сотрудничество»

Пелевин Иван Александрович – руководитель социальных проектов «Почтительные 50+» Ассоциации «Социальное сотрудничество»

Фридман Роман Кириллович - Главный врач федерального учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии» в Санкт Петербурге, кандидат медицинских наук

Задачей данного информационного издания является:

- повышение экологической культуры населения, пробуждения эко-сознания общества;
- распространение идей уменьшения нагрузки на окружающую среду;
- просвещение населения о необходимости снижения количества используемых ресурсов и образования отходов;
- популяризация выбора экологичных товаров.

В данной брошюре представлены идеи и советы, призывающие к ведению экологического образа жизни, снижению «сверхпотребления», использованию вторичного сырья.

Ассоциация в области социальной помощи, науки, культуры, охраны здоровья граждан, здорового образа жизни, интеллектуального развития личности, охраны окружающей среды «Социальное сотрудничество»

191180, Санкт-Петербург, пер. Большой Казачий, д.11 лит.А, пом.48.

Тел.: +7 (812) 718-59-23. E-mail: info@soc-part.ru, res-ecolog@mail.ru.

Сайт: www.soc-part.ru.

Содержание.

Введение.....	4
1. Пенсионеры – самые экологичные граждане.....	5
2. Как снизить вред природе.....	5
3. Сбережение ресурсов.....	7
4. Что может сделать пожилой человек с мусором.....	8
5. Что может сделать пожилой человек с покупками.....	8
6. Несколько практических вопросов при нарушении безопасности жизнедеятельности человека экологического характера. Рекомендации по решению.....	9
7. Вред от неправильного хранения и утилизации лекарственных средств.....	13
8. Отказ от неэкологичных чайных пакетиков.....	15
9. Полезные растения.....	16
10. Эковоспитание внуков.....	16
11. Семь лучших креативных альтернатив пластику.....	17
Заключение.....	19

Введение

Почему **Экология50+**

Сегодня большая часть экологического просвещения направлена на детей и молодежь, в меньшей степени – на взрослых, а пожилые люди по непонятной причине исключаются из экологической деятельности.

Просвещение для младшего поколения дело хорошее, но по результату нацелено на перспективу: дети не принимают дома хозяйственных решений. Именно взрослые решают, какую бытовую химию использовать для мытья посуды и чистки сантехники, как добираться до работы и на чем довести детей до школы – на личном авто или на общественном транспорте, какие продукты и в каком виде покупать в супермаркете и многое другое.



А надо признать, что люди старшего возраста в силу положительных привычек, сохранившихся с советских времен, фактически самые экологичные люди.

В этой связи проект **Экология50+** направлен не только на то, чтобы обратить внимание граждан «50+» на особенности экологичного образа жизни в современных условиях, но и вовлечь их в активную деятельность по сохранению окружающей среды, показывая пример для других, начиная со своего дома, двора, ближайшего парка, сделать их «почтительными» волонтерами и убедительными коучерами для младшего поколения.

Экопросвещение для пожилых людей представляет определенную сложность, в том числе, и из-за недостатка источников информации. Если молодежь и подростки, как правило, пользуются интернетом, откуда и получают огромные объемы данных, то пенсионеры в большинстве случаев такой возможности не имеют, а значит, им недоступны и основные просветительские материалы экологического содержания, которые сконцентрированы в большей степени именно в сети.

Надеемся, что в предлагаемом пособии они получат для себя необходимую информацию в удобной форме.

Планируется распространение брошюры в регионах страны через представителей нашей Ассоциации.

1. ПЕНСИОНЕРЫ - САМЫЕ ЭКОЛОГИЧНЫЕ ГРАЖДАНЕ

Подчас наши привычные действия могут оказывать значительное влияние на окружающую среду. В мире остро стоят проблемы мусора, загрязнения водоемов, воздуха, вырубки лесов и глобального изменения климата. Эти проблемы касаются каждого из нас, влияют на наше здоровье и благополучие. И все мы можем внести свой вклад в улучшение ситуации.

Люди старшего поколения, признанные самыми экологичными людьми в нашей стране, хотя, возможно, сами этого не знают, потребляют материальные блага более разумно и рационально.



Они пользуются общественным транспортом, не увеличивая и так огромное количество индивидуальных транспортных средств.

Воздерживаются, по возможности, от применения современных сильно активных химических средств, отдавая предпочтение обычному хозяйственному мылу.



Используют одноразовую пластиковую посуду только в крайних случаях.



Оставлять после себя мусор считают недопустимым
Ремонтируют вещи, дают им вторую жизнь.



Занимаются садоводством.



Имеют возможность и располагают достаточным временем для социальной активности: присмотром за порядком в своем подъезде и во дворе.



2. КАК СНИЗИТЬ ВРЕД ПРИРОДЕ

Многие наши привычки несложно заменить на экопривычки, которые наносят меньший вред окружающей природе.

Поколение «50+» до появления продуктовых пластиковых пакетов пользовались многократно сумками из текстиля или «плащевки», некоторые до последнего носили с собой компактные «авоськи».

Сбор макулатуры сначала был обязанностью тогдашних пионеров и октябрят, прототипов современных волонтеров.

Позднее эта процедура стала вознаграждаться деньгами, а потом - возможностью приобрести дефицитные книги.

Некоторые рекомендации, приведенные ниже, не являются сложными или затратными, или более подходящими для молодых, все советы можно внедрить в привычный быт.

1. Используйте многоразовые холщевые сумки или сумки из быстроразлагающегося материала. Полиэтиленовый пакет «живет» день - два, «умирает» на свалке сотни лет.



2. Давайте вещам (книгам, технике, одежде, обуви) вторую жизнь. Ненужные вам, но находящиеся в хорошем состоянии вещи можно продать через специализированные сайты объявлений, отдать даром через сайты типа darudar.ru, передать нуждающимся в рамках благотворительных акций.

3. Воздерживайтесь от использования средств бытовой химии, в составе которой есть хлор, фосфат, искусственные ароматизаторы, фенол, формальдегид.



4. Продолжайте или возобновите сбор и сдачу макулатуры, стеклотары, металла (алюминий и жель) и пластика в приемные пункты. За килограмм пластика (бутылки, канистры и пр.) платят от 15 до 25 рублей!

Местонахождение пунктов приема можно узнать в интернете.

5. Превращайте пищевые отходы в компост, который можно использовать на даче в качестве удобрения.



6. Неработающие светодиодные лампы и батарейки сдавайте на утилизацию, помещая их в ящики и боксы со специальной маркировкой.

7. Не оставайтесь равнодушными к нарушениям экологического характера на территории пребывания: в подъезде дома, во дворе, на дорожках и тротуарах, в местах коллективного отдыха.



8. Принимайте участие в самых разнообразных эко - акциях: от уборки мусора до сбора подписей под петицией к администрации о отдельном сборе отходов.

9. Старайтесь ненавязчиво вовлекать в заботливое отношение к нашей природе молодежь.



3. СБЕРЕЖЕНИЕ РЕСУРСОВ

Несколько лет назад специалисты Greenpeace подсчитали, что порядка 40% энергии в нашей стране расходуется впустую.

Треть «потерянной» энергии приходится на жилищно-коммунальное хозяйство. Это и удар по экологии, и огромные суммы, которые из своего кармана платим мы с вами. А рекомендации, как одновременно беречь природу и деньги (не только за счет экономии энергии), существуют.

- ✚ Используйте вместо привычных ламп накаливания светодиодные лампы: они стоят дороже, но энергии потребляют меньше и служат дольше.
- ✚ Не оставляйте такие устройства, как телевизор и магнитола, ноутбук и даже блок зарядки от телефона подключенными к розетке, потому что они продолжают потреблять энергию.
- ✚ Не включайте свет без необходимости. Например, за час или хотя бы за полчаса перед сном. Это время специалисты рекомендуют проводить в полумраке: так и уснуть легче, и сон будет глубже. А расход электроэнергии - меньше.
- ✚ Даже если вы используете светодиодные лампы, не забывайте выключать свет, когда выходите из комнаты. Во-первых, это в любом случае какой-никакой, а расход энергии. Во-вторых, зачем сокращать срок их службы?
- ✚ Коммунальщики не всегда включают отопление, когда на улице (и в квартирах) становится прохладно. Да и не всегда мощность отопления оправдывает представление жильцов о комфортной температуре. И тогда в дело идут обогреватели, которые очень неэкономно расходуют электроэнергию. Не спешите включать печку: для начала проверьте, не проникает ли холод с улицы через щели в окнах, и утеплите их.
- ✚ Стиральную и посудомоечную машины лучше загружать полностью. Так и энергию сэкономите, и воду, и средство для стирки/мытья посуды.
- ✚ В электрический чайник наливайте ровно столько воды, сколько будет выпито после закипания. Лишняя вода - напрасно потраченная энергия.

4. ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ПОЖИЛОЙ ЧЕЛОВЕК С МУСОРОМ

- **Начать с малого.** Несколько месяцев подряд отделять, например, только пластик. Или перестать выбрасывать батарейки в ведро (если все еще выбрасываете). А когда привычка закрепится, уверенно приступать к следующим шагам.
- **Узнать местонахождение ближайших пунктов приема стекла, бумаги, пластика, пищевых и опасных отходов.** Контейнеры для четырех (реже – двух: пластика и стекла) видов мусора сегодня располагаются во многих дворах. А вот батарейки или ртутные градусники нужно будет отнести в специальные пункты приема, которые есть при некоторых продуктовых магазинах.
- **Сделать процесс сортировки удобным.** Заведите пару больших коробок для разных видов отходов. А органический мусор можно продолжать выкидывать в ведро. При желании вместо коробок можно использовать специальные контейнеры для раздельного сбора мусора.
- **Сократить количество упаковки.** Чем меньше отходов, тем проще их сортировать.
- **Чинить то, что можно починить.** Максимально продлить жизнь вещам – это тоже один из способов борьбы с потенциальными отходами.
- **Не сдаваться.** Многим, кто начинает сортировать мусор, знакомо чувство отчаяния: кажется, что вы делаете недостаточно. Но экологии планеты очень важен вклад каждого, пусть даже малый. Расскажите о переработке своим близким, соседям и в соцсетях: вместе легче формировать новые осознанные привычки.

5. ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ПОЖИЛОЙ ЧЕЛОВЕК С ПОКУПКАМИ

- Покупать, хотя бы иногда, «неидеальные» овощи и фрукты. Инстинктивно хочется положить в корзину самые симпатичные яблоко или морковку. Уступающие по виду собратья чаще остаются нераспроданными, портятся и в итоге отправляются на помойку.
- По возможности отказаться от любых пластиковых пакетов, в том числе «биоразлагаемых». Самый экологичный вариант – многоразовая сумка-шоппер. Но если забыли взять ее с собой, лучше взять обычный пакет и использовать его как можно больше раз.
- Снизить потребление бумажных крафтовых пакетов, а использованные использовать правильно.

- Отдавать предпочтение продуктам в упаковках из вторичного сырья: такая упаковка обозначается круглым или треугольным значком со стрелками.
- Использовать упаковку вторично: к примеру, пластиковые и бумажные коробки можно приспособить для хранения.
- В супермаркетах не выбирать продукты, упакованные в пленку.

Экологичнее будет покупать их на развес, отказавшись от пакетов и заменив их специальными мешочками - фруктовками и многоразовыми контейнерами. По возможности избегать частой покупки экзотических овощей и фруктов, так как их транспортировка из страны происхождения несколькими видами транспорта оставляет большой углеродный след.

6. НЕСКОЛЬКО ПРАКТИЧЕСКИХ СОВЕТОВ ПРИ НАРУШЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА. Рекомендации по решению

Вопрос 1. Куда обратиться, чтобы провести озеленение придомовой территории?

Зеленые насаждения не только очищают воздух от вредных веществ, но также снижают уровень уличного шума.

Озеленение придомовых и внутридомовых территории находится в ведении муниципальных образований.



Наши рекомендации:

- Обратиться с соответствующим заявлением в муниципальное образование и районный отдел садово-паркового хозяйства.
- Самовольное озеленение территории, к сожалению, может расцениваться как незаконное.

Вопрос 2. Что делать, если автостоянка размещена в непосредственной близости от жилых домов?

Автомобили, находящиеся на стоянке, выхлопными газами и гарью загрязняют атмосферу в непосредственной близости от жилья, а также в самом жилище, чем нарушается право граждан на благополу-

ятную окружающую среду и охрану здоровья.



Согласно ст. 28 Градостроительного кодекса РФ обязательным условием для утверждения градостроительной документации является ее согласование с государственными органами, в том числе и с органами санитарно-эпидемиологического надзора.

В соответствии с п.4.1.2.

СанПиН «Гигиенические

требования к охране атмосферного воздуха населенных мест», запрещается размещать, проектировать, строить и вводить в эксплуатацию объекты, являющиеся источниками загрязнения атмосферы, на территориях с уровнями загрязнения, превышающие установленные нормативы.

В силу п.4.4 СанПиН расстояния от автостоянок и гаражей-стоянок до зданий различного назначения следует принимать не менее приведенных ниже в таблице.

Расстояния от сооружений для хранения легкового автотранспорта до объекта застройки

Объекты, до которых исчисляется расстояние	стоянки и наземные гаражи-стоянки вместимостью, машино-мест				
	10 и менее	11–50	51–100	101–300	выше 300
Фасады жилых домов и торцы с окнами	10 м	15 м	25 м	35 м	50 м
Торцы жилых домов без окон	10 м	10 м	15 м	25 м	35 м

Наши рекомендации:

Необходимо запросить в районном отделении Роспотребнадзора информацию о соблюдении требований соответствующего СанПиН при размещении автостоянки, а также проведение лабораторных исследований проб атмосферного воздуха.

В случае превышения содержания в пробах предельно допустимых концентраций Роспотребнадзор не имеет законных оснований на выдачу разрешения на организацию автостоянки, и выданный нормативный акт должен быть признан недействительным по соглашению сторон, либо в судебном порядке.

Вопрос 3. Что требовать от властей, если в районе собираются разместить полигон твердых бытовых отходов?

Размещение полигонов для бытовых отходов осуществляется в соответствии с требованиями СанПиН 2.1.7.722-98 «Гигиенические требования к устройству и содержанию полигонов для твердых бытовых отходов».

Здесь предусмотрена административная ответственность за нарушение законодательства в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, выразившееся в нарушении действующих санитарных правил и гигиенических нормативов (ст. 6.3 КоАП РФ).



Наши рекомендации:

Отправить запрос в администрацию района с просьбой предоставить информацию о санитарной классификации предприятия и санитарно-защитной зоне полигона. Обычно полигоны твердых бытовых отходов являются предприятиями 2 класса, и должны отстоять не менее, чем за 500 метров.

Вопрос 4. Что делать, если из крана льется грязная питьевая вода?



Ответственность за нарушение:

По административному законодательству:

за нарушение санитарно-эпидемиологических требований к питьевой воде и питьевому водоснабжению населения (статья 6.5 КоАП РФ).

По уголовному законодательству: за загрязнение источников питьевого водоснабжения, если эти деяния повлекли причинение вреда здоровью человека (часть 2 статьи 250 УК РФ).

Наши рекомендации:

Предлагаем обратиться в районный Роспотребнадзор с просьбой провести санитарно-эпидемиологическую экспертизу воды и с соответствующей претензией - либо к поставщику коммунальных услуг (к примеру, ГУП «Водоканал»), если договор коммунальных услуг заключен напрямую с ним, либо к обслуживающей организации (к примеру, ОАО «Жилкомсервис»).

Если в удовлетворении претензии отказано, можно обратиться в суд с исковым заявлением.

Вопрос 5. Как получить информацию о санитарно-эпидемиологическом благополучии района проживания?

Нормой ст. 41 Конституции РФ закреплено положение о том, что «сокрытие должностными лицами факторов и обстоятельств, создающих угрозу для жизни и здоровья людей, влечет за собой ответственность в соответствии с федеральным законом».

Органы государственной власти в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения обязаны информировать население о состоянии среды обитания.



Ответственность за нарушение:

По административному законодательству:

- за сокрытие или искажение экологической информации (статья 8.5 КоАП РФ).

По уголовному законодательству:

- за сокрытие информации об обстоятельствах, создающих опасность для жизни или здоровья людей либо для окружающей среды, совершенные лицом, обязанным обеспечивать население такой информацией (статья 237 УК РФ);
- за отказ в предоставлении гражданину информации, либо предоставление неполной или заведомо ложной информации, если эти деяния причинили вред правам и законным интересам граждан (статья 140 УК РФ).

Наши рекомендации:

Обратиться с соответствующим запросом в районную Администрацию или Роспотребнадзор. В случае непредставления данной информации бездействие должностного лица можно обжаловать в суде.

7. ВРЕД ОТ НЕПРАВИЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ И УТИЛИЗАЦИИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ

Для того, чтобы понять, насколько силён вред от неправильной утилизации и хранения Ваших таблеток и микстур, ответьте на следующие вопросы:

1. Соблюдаете ли Вы условия хранения препаратов?
2. Изолируете ли Вы лекарственные средства от других продуктов, размещённых в холодильнике?
3. Оставляете ли Вы препараты под действием прямых солнечных лучей (на подоконнике, в машине)?
4. Храните ли Вы остатки лекарств со времени предыдущей болезни?
5. Следите ли Вы за сроком годности?
6. Знаете ли Вы правила утилизации?
7. Знаете ли Вы, где находятся пункты утилизации лекарственных препаратов в Вашем городе?

Если Вы ответили «НЕТ» хотя бы на два вопроса, значит, Вы можете нанести вред либо себе, либо экологии.

А теперь подробнее о причинах.

Не только промышленные загрязнители способны нанести вред экологии. Есть то, что сопровождает нас всю жизнь, и к чему мы чаще всего относимся безответственно - лекарственные средства.

Принимать лекарства, у которых истек срок действия, опасно, поскольку содержащиеся в них действующие и вспомогательные вещества могут разрушиться, и никто не знает, какие химические процессы могут произойти в лекарстве после истечения срока хранения. Поэтому такие лекарства следует уничтожить.

Знаете ли Вы что делать с ненужными лекарственными препаратами и как правильно утилизировать просроченные лекарства, чтобы не навредить природе?

Люди выбрасывают просроченные лекарства в мусорное ведро или сливают в унитаз. Ученые бьют тревогу, лекарства оказываются в канализации, затем в грунтовых водах и водохранилищах, а оттуда поступают в водопровод. Микрочастицы антибиотиков через некоторое время можно обнаружить в почве, воде и даже продуктах питания.

Оттуда лекарства попадают в наш организм, который приобретает устойчивость к антибиотикам из-за постоянного получения микродоз.

С каждым годом увеличивается рост продаж противостудных и противовирусных препаратов. В России ежегодно образуется до одного миллиона тонн медицинских и биологических отходов с тенденцией к интенсивному росту. Тем временем, у нас до сих пор не производится сбор просроченных лекарств и других медицинских отходов от населения.

Во многих странах просроченные или ненужные медикаменты можно отнести в аптеки или медицинские учреждения, где установлены специальные контейнеры для их сбора. В России же пока у аптек нет лицензии на утилизацию биоотходов, к которым относятся лекарства.

Настоящим спасением стали проекты по обмену ненужными лекарствами «Аптекашеринг» и «Таблетки даром», ведь превентивные меры всегда самые эффективные, если лекарства использовать до того, как истечет срок годности, то и утилизировать их не придется.

Также можно найти, кому отдать ненужные вам препараты на тематических форумах и в группах в социальных сетях. На многих форумах для мам есть специальные ветки, где размещают объявления о передаче лекарственных средств нуждающимся. На различных благотворительных сборах и акциях по оказанию помощи бездомным людям также можно отдать ненужные медпрепараты.

Узнать о том, куда принести лекарства и что именно требуется, можно в тематических группах: «Ночлежка», «Благотворительная больница», «Мальтийская служба помощи».

Покупайте небольшую упаковку, чтобы сначала проверить, а потом уже докупить необходимое количество или старайтесь покупать лекарства ровно столько, сколько нужно для выздоровления.

Но если все же срок годности истек, то, как правильно утилизировать лекарство?

Специалисты по утилизации медицинских отходов советуют отправлять в канализацию лишь полностью водорастворимые лекарства, (у таких средств в инструкции есть пометка «диспергируемые»).

Просроченные лекарства правильно упаковать и выбросить:

- измельчите до состояния порошка;
- порошок положите в непрозрачный пакетик с чем-то несъедобным, плотно завяжите пакет на узел.

Это необходимо, чтобы люди или животные, которые могут залезть в помойку, не смогли легко открыть ёмкость. А если всё-таки откроют, чтобы не заинтересовались содержимым и не съели.

Просроченные медикаменты по уровню вредности близки к опасным отходам. Поэтому не спешите выносить их в мусорный бак, а сдайте в ближайший пункт утилизации. В Петербурге, к примеру, их принимают в СПБХФУ по адресу: улица Профессора Попова, 14.

8. ОТКАЗ ОТ НЕЭКОЛОГИЧНЫХ ЧАЙНЫХ ПАКЕТИКОВ

На сегодняшний день многие производители чая упаковывают каждый чайный пакетик поштучно, что образует чрезвычайно большое количество отходов упаковки.



Некоторые производители используют полипропилен (PP, 05) — пластиковый герметик, который не дает бумаге размокнуть в горячей воде, что делает пакетики практически не перерабатываемыми, а потому они становятся причиной огромного количества пластиковых отходов, загрязняющих окружающую среду.

Также чайные пакетики бывают из нейлона - сетчатого мешочка, похожего на пирамидку. Нейлон не подлежит переработке, так что с точки зрения экологичности это также неправильный выбор. Коробки для чая обычно делают из бумаги, но могут использовать также картон и полипропилен. Пачки с полипропиленом обычно прочнее, но менее экологичные.

Выбирайте экологичный чай, обращайте внимание из чего сделана

коробка, пакетики, конверты для пакетиков, ярлык, как он крепится к пакетику. Наиболее оптимальный вариант - пакетики из фильтр - бумаги или растительных материалов, их можно выбрасывать в компост.

Индивидуальная упаковка пакетиков это бумажные конверты без пропилена. Пакетик, нитку и ярлык могут скреплять пищевым клеем, металлической скрепкой или пришивать. Самый экологичный подход - последний.

9. ПОЛЕЗНЫЕ РАСТЕНИЯ



Пальма рапис, антуриум андрэ, карликовая хамедорея способны бороться с формальдегидом, выделяемым из мебели (ДСП) в течение нескольких лет после ее производства.

Фикус, хлорофитум, спатифиллум обезвреживают соединения, содержащиеся в клее и лаках.



Азалию и кротона стоит посадить в ванной, где витает изобилие отдушек от шампуней, гелей, мыла и духов.

Кактус отлично поглощает электромагнитное излучение, поэтому он будет уместен в кабинете.



Драцена, английский плющ и тростниковая пальма подойдут для спальни, где мы проводим много времени рядом с обработанным текстилем, ковровыми покрытиями и мебелью.

Драцена, гербера, лунный цветок уничтожают формальдегид и трихлорэтилен, их стоит поместить в гардеробной.



10. ЭКОВОСПИТАНИЕ ВНУКОВ

Очень важную роль в отношении к природе играет эковоспитание. Не секрет, что все идет из семьи, и если родители бережно относятся к природе, то и дети перенимают их тип мышления и привычки. Ничто и никто не может повлиять на развитие Ваших детей так, как ваш личный пример.

Что же делать, чтобы дети любили природу, ответственно относились к ее ресурсам, не стали жертвами потребительского отношения к окружающему миру: людям, животным, предметам, растениям?

Для привития экологической осознанности у современных детей подойдут и не очень любимые родителями новые технологии. Белорусские

экологи разработали отличную игру для планшетов «Экокидс» (www.esokids.by), где в доступной для детей форме объясняется, зачем во дворе стоят цветные контейнеры и как правильно сортировать отходы, или почему, когда уходишь из комнаты надолго, то надо выключать из розетки все электроприборы.

Также можно бесплатно загрузить интерактивные детские книги, посвященные утилизации отходов, которые можно просматривать вместе с детьми.

Интерес к природе, охране окружающей среды и к естественным наукам может поддерживаться на вполне регулярной основе, если вы подпишете ребенка на один из детских ежемесячных журналов, например, «ГЕОлёнок», «В мире животных», «Свирель», «Муравейник».

Кроме того, существуют юмористические и поучительные мультфильмы на тему сохранения окружающей среды. Отличная подборка представлена на сайте «Эколята» (www.aleynik79.com). Мультфильм «ВАЛЛ—И» хорошо иллюстрирует главную причину всех экологических проблем - сверхпотребление и объясняет, почему ответственное потребление необходимо для защиты нашей планеты.

11. СЕМЬ ЛУЧШИХ КРЕАТИВНЫХ АЛЬТЕРНАТИВ ПЛАСТИКУ

7 место: съедобные ложки из теста. Были придуманы жителем Башкортостана и успешно используются в российских ресторанах.



Механизм очень прост — пообедал супом или побаловал себя мороженым, а когда тарелка опустела, съел и ложку. Наелся и не хочешь есть прибор? Просто раскроши ложку на землю - крошки съедят птички. (<https://ediblespoon.ru>)

6 место: кружки из кофейной гущи. Прочные и лёгкие, имеют структуру, напоминающую древесину, не содержат вредных веществ и полностью разлагаются. Цена сравнима с ценой обычной термокружки. (<https://www.kaffeeform.com>)



5 место: стаканчики из яблочного пюре. Придуманы самарскими учеными. При этом не только экологичны, но и полезны. А сделаны из яблока потому, что оно обладает лучшими вязкопластическими и вкусовыми свойствами.



4 место: стаканы для кофе из вафли. Используются в американской кофейне Ailfred. Это скорее не изобретение чего-то нового, а мудрое использование уже существующего.



Вафля не успевает потерять плотность за те 5—10 минут, пока человек пьёт кофе. (<https://alfred.la>)

3 место: ланчбоксы из крахмала. Такая посуда становится все более популярной, поскольку разлагается в окружающей среде почти на 90% менее, чем за шесть месяцев. Да, биоразлагаемая посуда стоит на 15 - 20 % дороже, но, думается, за ней будущее.



2 место: посуда из морковной кожуры и арахисовой скорлупы. Идея итальянских дизайнеров - после приёма пищи посуду можно растворить в воде и добавить в почву в качестве удобрения.
<https://www.whomade.it>



1 место: чашки из апельсинов. Используя технику сушки, израильский дизайнер Ори Сонненштейн превращает апельсиновые корки в приятно пахнущую биоразлагаемую посуду.



Заключение

Люди, как правило, боятся старости. Однако в наши дни все больше фактов свидетельствует о том, что возраст приносит с собой и позитивные изменения - человек начинает острее чувствовать радость, интеллект его обретает больший объем, и даже сексуальная жизнь становится более тонкой и чувственной! Как гласит известная поговорка, старость – прекрасная пора жизни, особенно если вспомнить про единственную ее альтернативу, доступную человеку.

По мере того, как растет продолжительность человеческой жизни, мир сталкивается с необходимостью решать новые и все более сложные социально - экономические задачи. Так, более 800 миллионов нынешних жителей Земли уже преодолели шестидесятилетний рубеж, а число столетних стариков в мире превысило население целой небольшой страны, такой, например, как Исландия (около 329 тыс.).

Вы всё еще сомневаетесь в преимуществах пожилого возраста? Статистика показывает, что, даже если вы уже в летах, конец может быть не так близок, как вам кажется. Самые старые пожилые люди сегодня здоровее, чем когда - либо прежде, и у них прекрасный шанс еще много раз отпраздновать день своего рождения.

В 2011-2014 гг. для 25-летнего человека ожидаемая продолжительность жизни в среднем составляла 84 года у женщин и 80 лет - у мужчин, тогда как 95-летние могли рассчитывать дожить, по крайней мере, до 98 и 97 лет соответственно.

Надеемся, что наша брошюра своими советами и знаниями, даст возможность чуть больше и лучше прожить замечательные годы!

Долгих лет дорогие читатели здоровья и счастья!

С уважением, Виктор Быков!





АССОЦИАЦИЯ
СОЦИАЛЬНОЕ
СОТРУДНИЧЕСТВО

Экология

191023, Россия, Санкт-Петербург,
Большой Казачий переулок, д11А
ИНН 7838087362, КПП 783801001
www.soc-part.ru
res-ecolog@mail.ru

